

国际周易联合会

特别推荐

家居与健康相克

编 著 巨天中 国际周易联合会执行会长



- ◎ 第一本图解家居与身心健康相克关系的彩色版图书
- ◎ 300 条家居生活中必须了解的健康知识
- ◎ 大师执笔，科学有据

吉林科学技术出版社

家居与健康相克

编 著： 巨天中
责任编辑： 宛 霞
版式设计： 张 立 贾淑芳 李军路
绘 图： 宋青云 赵 越 弥宝剑 翟四刚
出版发行： 吉林科学技术出版社
印 刷： 长春第二新华印刷有限责任公司
版 次： 2006 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
规 格： 889×1194 毫米 24 开本
印 张： 4
字 数： 80 千字
书 号： ISBN 7-5384-3195-0/R · 941
定 价： 16.80 元



版权所有 翻印必究
如有印装质量问题,可寄本社退换。

社址:长春市人民大街 4646 号

邮编:130021

发行部电话:0431-5635177 5651759
5651628

邮购部电话:0431-5677817

编辑部电话:0431-5674016

传真:0431-5635185

网址:<http://www.jkcbs.com>

家居Kang
Jiajujian健康



B992.4/31

2006

国际周易联合会

特别推荐

家居与健康相克

编著 **巨天中** 国际周易联合会执行会长

吉林科学技术出版社



JIAJU XIANGKE

巨天中个人简介



巨天中，男，
企管博士，祖籍山
东，国际周易联合
会执行会长。

曾应邀至新
加坡、马来西亚、
韩国、美国等地考
察讲学，亲自对全
球最大的三大赌

城做风水点评，一语中地的指出三地均
利用中国风水聚财。

2004 年，汉城筹备迁都之际，韩国
风水地理学会崔会长亲自率团考察首都
故宫风水，因巨天中先生曾于早期即断
言韩国总统府风水不利，故此次亦由巨
天中先生为韩国友人讲解首都及帝王风
水，韩国友人满意而归。2005 年 7 月 11
日，巨天中先生应韩国方面邀请，率中外
专家团前往韩国新行政首都——公州进
行风水考察。

2004 年 9 月 9 日在人民大会堂举办

的“首届国际风水文化论坛”，巨先生特
邀在会上第一个讲解风水应用，被国内
外友人誉为国际最具影响力风水师之一。

关于巨先生的事迹，《人民日报》、
《中国青年报》等 30 余家报刊进行过专
门报道。“中央电视台”、“山东电视台”
等众多组织特请其演讲咨询，并多次应
邀至北大、清华、人大等单位讲课。

巨天中先生编著并正式出版有《好
风好水好运来》、《家居风水宜忌》、《周易
与预测决策》、《周易与人生规划》、《点名
成金》系列等 30 余部专著专集，拥有个
人商标、国家专利 20 余项。

巨先生的愿望是：为有缘分的企业
及个人排忧解难，做好参谋，为有缘人带
来吉祥和财运。

巨天中先生及研究机构

联系方式：(010)51668056 68026568

通讯：(100037)北京西城区月坛北小街 4 号 121

网络实名：巨天中 中国吉祥风水网

中国取名第一家 国际周易联合会

打造好风水的健康住宅

林语堂先生说过：“中国建筑的基本精神是和平与知足，其最好的体现是私人的住宅和庭院建筑。这种精神不像哥特式建筑的尖顶那样直指苍天，而是环抱大地，自得其乐，哥特式教堂暗示着精神的崇高，而中国庙宇宫殿则暗示着精神的安详和宁静。”

我们通过选择住宅，选择了自己的生活方式，而住宅本身也改变着我们的生活方式。

我们居住在房子里面，消磨着生命的时光。

这种精神上的安详和宁静指导着中国传统的住宅风水学。住宅的本意是静默养气，安身立命，意思是指生活和精神有所依托。

所谓的安处，并不是华堂深宅，重褥宽床，而是指能在南面静坐，东首安寝，阴阳适中，光线明暗相伴。屋不要太高，高则阳盛而明多；屋也不要太低，低则阴盛而暗多。假如明暗不调，那么就会产生疾病。

居室四边都开设有窗户，起风就关窗，风停便开窗。静坐的地方，前面挂着帘子，后面设有屏风，光线太强，便放下帘子来调和；光线太暗，便卷起帘子以通外光。这样，便能达到内以安心，外以安目，心目两安，进而自身安定的目的。住宅作为一种生活的工具，对人的影响至大，因此，如何运用风水学的原理，经营好其中的格局，意义甚重。

例如深圳，地处亚热带，四季模糊，二十四节气不均，冬短夏长，所以选择住宅方面有许多的讲究及避讳。普遍说来，就是要因地制宜，做到防潮、防热、防风、防燥，格局要与气候相宜，日照时间、风力风向要均匀，调和四时的阴阳。

再用林语堂先生的话说：“最好的建筑是这样的，我们居住其中，却感觉不到自然在哪里终了，艺术在哪里开始。”

选择一个健康的住宅环境

- 11 忌气乘风则散
- 11 住宅不宜阴暗潮湿
- 11 忌后靠穷山陡山
- 12 窗外不宜有霓虹灯招牌或强光折射
- 12 出门不宜上坡
- 12 楼门不宜被遮挡
- 13 屋前不宜逢“T”字形道路
- 13 屋前不宜逢“Y”字形道路
- 13 忌人行道狭窄倾斜
- 14 人行道不宜由内往外倾斜
- 14 不宜居住在“死巷”内的住宅
- 14 住宅不宜选在气恶之处
- 15 楼距不宜太近
- 15 住房的门前不宜有大树
- 15 高压线塔要远离
- 16 楼顶不宜有尖塔
- 16 楼台亭阁,飞檐斗拱不宜冲我
- 16 楼前贴水不宜选
- 17 烟囱太近不相宜
- 17 一楼独高不宜选
- 17 “7”字拐弯不宜选
- 18 楼在尽头最不宜
- 18 客厅形若大会堂
- 18 三角形的楼不宜首选
- 19 标志性建筑不宜又尖又高
- 19 道路不宜太直
- 19 居住面积不宜太小

家居布置有讲究

- 21 不宜选择不规则户型
- 21 门口处不宜厨卫夹对
- 21 开门不宜直通看到窗外
- 22 开门不宜直对厨房门
- 22 开门不宜直对卫生间门
- 22 开门不宜直对卧室门
- 23 厨房门不宜直对卫生间门
- 23 卧室门不宜对卧室门
- 23 卧室门不宜对卫生间门
- 24 卧室门不宜对厨房门
- 24 卧室内的卫生间门不宜对着主卧睡床
- 24 居室中不宜挂消极的挂画
- 25 居室中不宜挂已故亲人的大头画像
- 25 不宜挂超过一幅的人物抽象画
- 25 不宜挂日落西沉的画
- 26 不宜挂红色太多的画像
- 26 两面镜子不可正面相对而悬
- 26 卫生间的镜子不可太小
- 27 镜子与房间不宜不成比例



- 27 镜子不宜对窗
- 27 镜子不宜照床头
- 28 避免灯光直射卧室
- 28 不宜全部使用日光灯
- 28 避免“三支香”
- 29 时钟不易挂在厅堂的正中
- 29 时钟不宜悬挂在沙发的上方
- 29 时钟的摆放与镜一样不宜向着任何门
- 30 兵器不宜乱挂乱放
- 30 室内色彩不宜杂乱
- 30 墙面不宜使用纯色
- 31 家具不宜各自为政
- 31 不宜使用不新鲜的色调
- 31 不宜使用让人倒胃口的色彩
- 32 颜色不宜过“暖”
- 32 危险花卉不宜摆放
- 32 不宜栽种易枯萎的花木
- 33 不宜忽视有害气体
- 33 不宜使用“五彩斑斓”的灯光
- 33 不宜粉刷绿色的墙面

充满魅力的门窗

- 35 大门不宜正对走廊
- 35 大门不宜正对电梯
- 35 大门破损忌不更换
- 36 门槛颜色不宜突出
- 36 大门不宜直通到底
- 36 大门的尺寸忌不合适

- 37 忌窗户不能完全推开
- 37 窗户不宜向内开
- 37 开窗不宜过多

健康住宅从进门开始——玄关的过道

- 39 不宜忽视玄关
- 39 不宜在入口处堆放垃圾
- 39 玄关不宜过于窄小
- 40 玄关不宜过于局促
- 40 不宜忽略玄关设计
- 40 玄关不宜过于暴露
- 41 不宜忽视小地方
- 41 地板忌凹凸不平或过于光滑
- 41 忌不摆擦鞋垫
- 42 过道不宜放有刺类植物
- 42 门前忌不摆放鞋架或鞋柜
- 42 房间入口处没有电灯开关
- 43 不宜忽视走廊的花饰
- 43 不宜忽视窄小过道的设计
- 43 枝叶不应向下发展



充满阳光的健康客厅

- 45 忌不做前期预算
- 45 忌不拿平面图做装修预算
- 45 忌不注意看计量单位
- 46 不宜漏项
- 46 阳光照射时间不宜过短
- 46 室内高度不宜过低
- 47 忌购买刺激性气味较大的家具
- 47 忌室内甲醛污染
- 47 忌颜色配置不讲究
- 48 不宜大量使用颜色漆
- 48 忌忽视室内污染
- 48 忌挥发性有机化合物污染新居
- 49 不宜忽视苯系物污染
- 49 室内不宜蓄积氨
- 49 忌采光不看窗户朝向
- 50 忌滥用空调
- 50 不宜忽视居室病
- 50 室内温度不宜过高
- 51 相对湿度不宜过低或过高
- 51 不宜长时间开负氧离子装置
- 51 不宜忽视慢性辐射——氡
- 52 家具不宜太多
- 52 小居室不宜用灯饰
- 52 天花板颜色不宜太深
- 53 客厅不宜有梁柱
- 53 不要认为灯光有害健康
- 53 盆栽不宜太多

- 54 植物不宜随意摆放
- 54 不宜忽视 10 种综合征
- 54 不宜忽视新居综合征
- 55 将储藏物与空间性质相结合
- 55 物件不宜凌乱无秩序地乱放
- 55 客厅不宜七弯八拐

静谧浪漫的健康卧室

- 57 不宜睡过软的床
- 57 床底不宜堆放杂物
- 57 卧室忌不放花瓶
- 58 不宜因为保持安静铺地毯
- 58 卧室不宜杂乱无章
- 58 卧室形状不宜古怪
- 59 卧室不宜摆放过多植物
- 59 卧室不宜摆放电视机
- 59 卧室光线不宜太强
- 60 不宜忽视一氧化碳中毒
- 60 通风时不宜忽视空气污染
- 60 卧室不宜摆放鱼缸
- 61 不宜忽视二氧化碳中毒
- 61 不宜让尘螨影响健康
- 61 不宜让二氧化硫影响健康



让宝宝健康成长的儿童房

- 63 忌家具不结实
- 63 忌玩具部件太小
- 63 不宜大面积铺地毯
- 64 不宜过分讲究装饰和摆设
- 64 空间不宜缺乏多变性
- 64 使用装饰不宜忽视儿童过敏
- 65 不宜忽视玩具污染
- 65 儿童房不宜放花草
- 65 使用高架床忌没有护栏
- 66 忌不健康色彩影响儿童
- 66 颜色忌杂乱
- 66 不宜纵容幼儿随便乱画
- 67 不宜忽视用电安全
- 67 房间布置不宜父母一手包办
- 67 室内光线不宜昏暗
- 68 原木本色的家具不宜放在婴儿房
- 68 不宜忽视挥发性有机物
- 68 不宜使用坚硬的材料
- 69 不宜铺长毛地毯
- 69 不宜用成人床代替儿童床
- 69 不宜随意通风
- 70 不宜与厨房相对
- 70 不宜直接晒太阳
- 70 不宜忽视噪声污染
- 71 壁纸不宜太花哨
- 71 晚上忌不关门
- 71 儿童书桌忌摆放不当

有益身心的健康书房

- 73 不宜缺乏书房的健康意识
- 73 布线无顾忌
- 73 电线不宜从地毯下走线
- 74 不宜过分疲劳
- 74 忌操作电脑不注意用眼卫生
- 74 坐面不宜过高
- 75 坐面不宜过低
- 75 不宜忽视坐面的宽度
- 75 不宜忽视靠背的长度
- 76 不宜忽视靠背的倾斜度
- 76 灯光不宜刺眼或太昏暗
- 76 不宜用一盏日光灯照明
- 77 书房不宜太单调
- 77 书房不宜嘈杂
- 77 书房不宜太大
- 78 书房不宜杂乱
- 78 书房色彩不宜过多
- 78 书桌不宜放在横梁之下
- 79 不宜忽视书房家具尺寸
- 79 字画悬挂不宜过高或过低
- 79 书房不宜无窗



方便洁净的厨房与餐厅

- 81 厨房忌不环保
- 81 整理不宜马马虎虎
- 81 不宜用纯白色厨房
- 82 厨房不宜有死角
- 82 橱柜不宜太低
- 82 菜刀不宜外露
- 83 不宜忽视细菌滋生
- 83 不宜忽视厨房脏乱差
- 83 厨房忌不防潮
- 84 墙面不宜选用难以清洁的材料
- 84 不宜忽视天花板易燃现象
- 84 不宜使用有害的锅
- 85 餐厅不宜摆放太多物品
- 85 忌餐厅和厨房不相邻
- 85 餐厅墙壁不宜花哨
- 86 餐厅不宜挂凶兽图
- 86 餐桌不宜直对厕门
- 86 餐厅光线不宜昏暗
- 87 不宜摆放高大的植物
- 87 餐桌不宜过大
- 87 忌不清洗餐具

通风干燥的健康浴厕

- 89 忌卫生间通风不畅
- 89 卫生间湿气不宜过重

- 89 大门不宜直对卫生间
- 90 卫生间不宜设在房子中央
- 90 不宜忽视卫生间四处流水
- 90 卫生间不宜与厨房相连
- 91 不宜忽视照明电路的隐患
- 91 卫生间不宜无窗
- 91 不宜用洗涤液污染植物

绿意盎然的阳台

- 93 忌植物浇水无原则
- 93 不宜忽视害虫的存在
- 93 阳台不宜忽视随意改

幽雅舒适的庭院

- 95 忌设计不考虑整体
- 95 不宜栽植有毒和刺类植物
- 95 泳池不宜靠近大门



本书使用说明

本书着重阐述家居生活中需要特别注意的影响身心健康的 300 个问题, 共分为 12 个部分, 涉及家居生活中的各个部分, 以图解的方式让您轻松地掌握符合现代家居生活的健康之道。

标题

提出需要注意的问题。

图片

解释说明相关标题中的内容, 图中显示的为错误的家居观念。

内文

根据标题提示的重点, 做深入浅出的说明, 让您迅速掌握重点。

家居 Jia 健康 K 家 ju jian



● 总不做前期预算

装饰项目和工程量的多少是影响造价的直接因素, 选择的建材、施工工艺、装饰档次是影响造价的关键。另外, 由于受装饰公司的资质、规模、管理水平等因素的影响, 不同的装饰公司收费标准也不同。装饰装修中的总费用应该是: 主材费 + 辅助材料费 + 人工费 + 设计费 + 管理费 + 税金。

● 总不拿平面图做装修预算

业主一般可采取两种方式与装修公司磋商: 第一, 自己报出价款, 由装修公司的人员根据业主提供准备花的钱, 帮助设计和预算; 第二, 由业主提出要求, 装修公司提出价格, 然后由业主认可。一套完整、详细、准确的图纸是预算报价的基础, 因为报价都是依据图纸中的具体尺寸、材料及工艺情况而制定的。

● 总不注意看计量单位

在定制家具上, 各装修公司的计量单位都有区别, 如做大衣柜, 有的公司用“延米”作单位, 有的用“平方米”; 在看单价计算价格时也要留意, 包门套的价格, 只包单面和包双面的价格是不同的。

9

充满阳光的健康客厅

页码

遇到相关问题可以快速查询, 找到资料。

章名

面对家居对健康的影响问题, 可依据个人需要查阅相关篇章。

家居与健康相克

选择一个健康的

住宅环境

Jiaju Jian Kang

xuanzeyigejiankangdezhuozhaihuanjing



● 忌气乘风则散

当发现你所要选择的地方风大、急、刚、历时，那便首先考虑放弃它。风势过大固然不妙，但倘若风势过缓，空气不大流通，那也绝非所宜之宅！



● 住宅不宜阴暗潮湿

假如你选择的住宅南面近处有非常高大的建筑物，那势必会影响室内的采光。长期在这种环境中生活，自然会使人感到压抑、烦躁，最终导致事业和身体的每况愈下，所以，选择时应格外注意。



● 忌后靠穷山陡山

楼宇若能依山而建，或后方有靠之局者本来合乎风水原则。但假如所靠之山并非明丽秀美，而是山石丑怪、寸草不生，或是后山太陡，太高，这会使人产生压迫感。



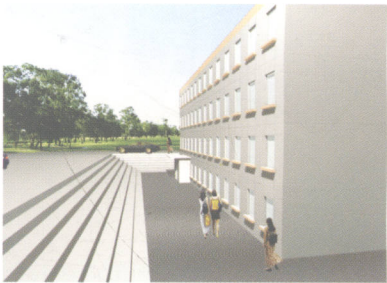
窗外不宜有霓虹灯招牌或强光折射 ●

若窗外有霓虹灯招牌或强光折射,令屋内非常光亮而刺眼,对人的情绪和身体健康不利,尤其是眼睛。在室内天花板上若形成这种晃动的光影,必然会对人的精神产生刺激,使人不自觉地产生一种紧张情绪。可贴上反光过滤纸,再挂上加厚的窗帘布,以遮挡强光入宅,也可以把绿色盆栽置于窗台。



出门不宜上坡 ●

一出楼门便是一个缓坡,路面高而大楼地基矮,这样的楼盘不宜选择。被拆迁的平房区由于年久失修,外面的道路高于室内地面,一旦下雨造成雨水倒灌,一家人不得安宁。大厦低而路面高不单单是灌水的问题,当然还有其他的不利原因。



楼门不宜被遮挡 ●

如果一出楼门便被自身的楼体挡住一半,等于楼门窝在其中,易使空气不流通。其实出门后应该是敞亮的,不应被物体挡住。





● 屋前不宜逢“T”字形道路

屋宅前面逢“T”字形道路或河流,而屋宅建筑于中心位置者,居于车流或水流纵横交错之交汇点,也属于烦扰动态,不符合屋宅宜四平八稳的原则。



● 屋前不宜逢“Y”字形道路

建筑物地基呈现三角形,而建筑物配合地基建造,也呈现三角形并带锐角或处于“Y”字形之分叉路口,汽车在屋宅左右两边进出,车流过于动乱烦扰,对居住者的身心都不利。



● 忌人行道狭窄倾斜

最忌人行道狭窄,使屋宅紧临马路。若该路段车速经常超过 70 千米/小时,不但安全堪虑,且行人匆匆经过,会使人有不安全的感觉。



人行道不宜由内往外倾斜

屋宅前的人行道由内往外倾斜,其倾斜角若超过7度以上,让步行经过人行路段者,感到平衡性不佳。屋宅前面的人行道宜宽阔平整,屋宅与马路间应保持一段适当的缓冲距离,这样可增加行人的安全系数。



不宜居住在“死巷”内的屋宅

在“死巷”内的屋宅,通风不良,于消防方面的顾虑亦相对增加,愈接近“死巷”底部之屋宅愈不宜投资。宅前面的巷道胡同,若过于狭窄,容易给人产生压迫感亦不宜居住。



住宅不宜选在气恶之处

居家近旁有化工厂、储存危险物品的仓库或加油站,发生危险的可能性就会相对增加,不适合居住。大门对着法院或警局、医院、殡仪馆等,也会使人的心里不舒畅。





● 楼距不宜太近

原来国家规定低层的楼与楼之间距离是 1 : 1.5, 现在的高层、小高层不太可能完全实现这种楼距, 您只要感觉楼与楼之间的距离不是太近即可。北方的日照比南方差, 所以北方的楼距要远些, 南方的楼距可以相对近些。



● 住房的门前不宜有大树

门口最忌对着一棵大树会遮挡住门窗, 阻碍阳光进入室内, 并且影响空气的流通, 使住宅变得阴暗潮湿, 不利于身体健康。



● 高压线塔要远离

楼盘在高压线塔下或高压线塔旁都不适宜。高压线塔的电力磁场极强, 远之为好。

